

Федан О.В. Розвиток автентичності майбутнього практичного психолога в період життєвої кризи / О.В. Федан // Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (Суми 18-19 лютого 2016 р.) – Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2016. – С. 385-388.

УДК 159.923.2:316.477]-044.372

Федан Олена Вікторівна

молодший науковий співробітник
лабораторії методології і теорії психології
Інституту психології імені Г.С. Костюка
НАПН України (м. Київ)

РОЗВИТОК АВТЕНТИЧНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА В ПЕРІОД ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ

У статті розглянуто особливості розвитку автентичності майбутнього практичного психолога. Проаналізовано розгортання автентичного потенціалу особистості у період життєвих криз.

Ключові слова: майбутній практичний психолог, розвиток автентичності, життєва криза.

Найбільш повне висвітлення і теоретичну розробку автентичність отримала у працях С. Мадді, який поставив її в центр уявлень про ідеальний розвиток особистості. Дж. Бюдженталь визначає автентичність стрижньовою якістю психолога і найважливішою екзистенціальною цінністю. Він виділяє три основні ознаки автентичного існування:

- повне усвідомлення сьогодні;
- вибір життя у даний момент;
- прийняття відповідальності на власний вибір.

Автентичність певною мірою узагальнює багато властивостей особистості, та насамперед, це вираження щирості психолога стосовно клієнта. Автентична людина прагне бути корисною як і своїх безпосередніх реакціях, так і у цілісній поведінці, зокрема, вона може дозволити собі не знати відповіді на всі життєві питання, не посміхатися, якщо відчуває ворожість, не витрачати енергію на програвання ролей, створення зовнішнього фасаду, замість вирішення реальних проблем. Якщо консультант багато часу буде ховатися за

професійною роллю, клієнт теж «сховається» як від власних проблем, так і від розкриття їх консультанту. Якщо консультант виконує роль тільки технічного експерта, відмежовуючись від своїх особистих реакцій, цінностей, почуттів, консультування буде «стерильним», а його ефективність — сумнівною. Реально допомогти клієнту психолог може лише залишаючись самим собою.

Однак, протягом життя у людей виникають такі життєві ситуації які змушують їх переоцінити свої вчинки, почуття, емоції, свій майбутній шлях, одним словом проблема, яка постала перед індивідом і якої він не може уникнути та не може розв'язати за короткий час і звичним способом. У психологічній науці і в практиці такий період у житті людини має назву «життєва криза», «критичні життєві ситуації». Така життєва ситуація властива не лише клієнтам, а й психологам-консультантам, відповідно власний досвід подолання криз психолога, сприятиме й розвитку особистості клієнта, його вмінню долати складні життєві ситуації.

В цілому життєву кризу можна описати, як феномен внутрішнього світу людини, який виявляється у різних формах переживання непродуктивності свого життєвого шляху. Життєва криза є поворотним пунктом життєвого шляху, який виникає в ситуації неможливості реалізації життєвого замислу, що склався. На думку психологів наслідки криз можуть бути різними, як негативні, так і позитивні. Зрештою криза постає водночас і як загроза для повноцінного функціонування особистості, і як можливість для її особистісного росту [2].

Автентичність переживається особистістю в її глибинному онтологічному ядрі як причина появи життєвої кризи, оскільки спонукає до знаходження сенсу життя в радикально зміненій життєвій ситуації, і як мета цієї кризи, позаяк приводить у відповідність внутрішні ціннісні устремління індивіда, спектр його актуалізованих суб'єктних здатностей до новопосталих екзистенційних викликів.

Розгортання автентичного потенціалу особистості майбутнього психолога відбувається в процесі конструктивного розв'язання життєвих криз. Нормальна життєва криза символізує появу вікових новоутворень особистості та свідчить

про еволюцію її автентичності впродовж життєвого шляху. Шлях становлення зрілої автентичності полягає у поступовому звільненні від зовнішніх, випадкових для особистості детермінант розвитку до опори на внутрішні духовні спонуки і досягнення справжньої автономії і свободи вибору.

Основними параметрами і критеріями оцінки становлення автентичності майбутнього психолога в період життєвої кризи є спонтанність, добродійність, інтернальність, самостійність та цілісність. Дані диспозиційні утворення виникають у процесі розгортання інтегральної суб'єктності особистості під час криз відповідно першого, третього, сьомого років життя, підліткового періоду і кризи середини життя та виступають психологічними механізмами-засобами досягнення і прояву автентичності особистості. Психологічними механізмами-передумовами становлення автентичності особистості майбутнього психолога в період життєвої кризи є: вміння не втрачати довіру до себе, бути відкритим внутрішньому досвіду, власним переживанням; шаноблива увага до себе; справедливе ставлення до самого себе; визнання власної цінності; відкритість новим горизонтам значень (вміння бачити в оточуючому світі перспективи розвитку, долаючи стереотипність); самовизначення у діалозі. Психологічними механізмами-ланками цілісного циклу становлення автентичності особистості майбутнього психолога згідно з координатами суб'єктно-вчинкової парадигми є: самореалізація і самовираження переживання життєвої кризи, занурення у стан первинної спрямованості, пред'явлення особистісної історії, рефлексія намірів і результатів досягнення еволюційно вищого рівня автентичності. Представлення психологічних механізмів-ланок у формі завершеного циклу передає процес (рух) становлення автентичності особистості майбутнього психолога в період життєвої кризи, що розв'язує смисло-життєві завдання, адекватні конкретним екзистенційним викликам [3].

Усвідомлення своєї автентичності та відповідність їй як у повсякденних так і кризових ситуаціях належить до числа найгостріших та найпоширеніших проблем. Процес розвитку автентичності майбутнього практичного психолога є полідетермінованим явищем і характер цієї детермінації може суттєво

порушуватися або змінюватися під час переживання людиною життєвих криз. Психологічні механізми становлення автентичності майбутнього практичного психолога в період життєвої кризи функціонують як система різнорівневих ціннісно-сміслових утворень і динамічних тенденцій, що в науковій рефлексії презентовані мережею механізмів-процесів, засобів, ланок і передумов. Розвиток автентичного майбутнього психолога це набуття певної стійкості внутрішньої позиції, з якою він може контактувати із зовнішнім світом, приймаючи і перетворюючи його. Загалом, у психології та психотерапії автентичне зазвичай визначається як усвідомлюване людиною, як те, що стосується її самості. Це своєрідна щира згода людини з тим, що такого роду особливості присутні у структурі її Я-концепції. Причому, автентичне далеко не завжди асоціюється з позитивними характеристиками.

Література:

1. Зливков В.Л. Термінологічні аспекти використання поняття «автентичність» у сучасній психологічній науці / В.Л. Зливков // Зб. наук. праць Психологічні науки. – 2015. – Вип. 2.13(109). С. 75-79.
2. Кльоц Л.А. Психологічні кризи особистості та їх врахування в роботі з різними віковими категоріями [Електронний ресурс]. / Л.А. Кльоц. – Режим доступу: http://www.zippo.net.ua/index.php?page_id=224.
3. Когутяк Н.М. Аксіопсихологічні механізми становлення автентичності особистості в період життєвої кризи / Н.М. Когутяк // Аксіопсихологія розвитку особистості в освітньому середовищі. – 2012. № 3(9). – С. 79-87.

